

Memperoleh Ketenangan Hidup Dengan Sifat Taghaful

written by Ahmad Khalwani, M.Hum



Harakatuna.com – Salah satu penyakit manusia modern adalah kepo terhadap banyak hal. Sehingga karena sifat keponya ini, banyak manusia modern yang mengalami gangguan mental. Susah tidur, cemas berlebih dan tidak memiliki ketenangan hidup. Memang diakui, taraf hidup manusia modern, secara material cukup terpenuhi namun dari sisi mental banyak yang mengalami gangguan. Oleh karenanya agar memiliki ketenangan hidup di era modern ini maka milikilah sifat taghaful

Taghaful adalah sifat menampakkan kepada orang lain seolah-olah dirinya tidak tahu, pada aslinya tahu banyak hal. Para ulama menyebutkan bahwa ciri-ciri sifat taghaful ini bisa dilihat dari tiga perkara

Pertama, tidak mencari-cari kesalahan orang lain yang belum diketahui

Kedua, memaafkan dan melupakan kesalahan orang lain yang telah berlalu

Ketiga, memaklumi kekeliruan anak kecil dan orang yang masih bodoh lagi awam.

Sesungguhnya sifat taghafil ini sangat penting untuk dimiliki manusia modern yang ingin memperoleh ketenangan hidup. Sifat taghafil ini juga sangat selaras dengan hadis [Nabi Muhammad](#) yang diriwayatkan oleh Imam Bukhori

وَلَا تَحَسَّسُوا، وَلَا تَجَسَّسُوا، وَلَا تَحَاسَدُوا، وَلَا تَدَابَّرُوا، وَلَا تَبَاغَضُوا، وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا

Artinya: “Janganlah kalian melakukan tahassus, jangan melakukan tajassus, jangan saling hasad, jangan saling menikung, dan jangan saling benci. Jadilah kalian bersaudara, wahai para hamba Allah!” (HR. Bukhari dari sahabat Abu Hurairah radhiyallahu’anh).

Dalam hadis ini Rasulullah menyebutkan beberapa sifat yang menyebabkan seseorang tidak bisa memiliki ketenangan hidup. Sifat tersebut diantaranya Tahassus yaitu mengorek-ngorek hal yang tersembunyi dari seorang muslim. Tajassus itu mencari-cari kesalahan dan aib dari seorang muslim lalu mengumpulkannya. Tahasud yaitu [iri dan dengki](#). Tadabaru yaitu saling menikung. Dan terakhir Tabaghod yang artinya saling membenci.

Membiasakan Sifat Taghafil

hal-hal yang menyebabkan manusia sulit memperoleh ketenangan hidup seperti yang disebutkan dalam hadis diatas itu bisa diatasi dengan membiasakan berperilaku taghafil. Imam Ahmad Bin Hambal mengatakan bahwa taghafil itu merupakan kunci dari 10 kesuksesan

العافية عشرة أجزاء كلها في التغافل

Artinya: “Keselamatan itu ada 10 cabang, semuanya didapatkan dengan taghafil” (Riwayat Al-Baihaqi dalam Manaqib Imam Ahmad)

Walhasil orang yang memiliki sifat *taghafil* akan merasakan ketenangan hidup, karena ia tidak dipusingkan dengan urusan orang lain yang tidak ada kepentingan untuk dicampuri. Wallahu A’lam Bishowab